

Medienmitteilung

Bern-Liebefeld, 7. Juli 2015

Unbeschwerte Ferien geniessen mit richtiger Vorsorge

An heissen Sommertagen ist die korrekte Lagerung von Arzneimitteln besonders wichtig, denn Hitze kann die Wirksamkeit von Medikamenten beeinträchtigen. Auskunft darüber, welche Produkte hitzeempfindlich sind und welche Lagerung zu empfehlen ist, erteilen die Apotheken. In einigen Fällen schafft eine Kühlbox oder Kühltasche Abhilfe.

Medikamente sollten vor extremer Hitze und praller Sonne geschützt werden. Die meisten Arzneimittel sind im Sommer an einem kühlen (bis maximal 25 Grad Celsius), aber nicht zu kalten Ort am besten aufgehoben. Besonders empfindlich auf Temperaturen reagieren Injektionsflüssigkeiten wie beispielsweise Insuline (für Diabetiker) oder einige der so genannten Biologicals – in biotechnologischen Verfahren hergestellte Medikamente z.B. für Rheumatiker. Für diese empfiehlt sich eine Lagerung an einem kühlen Ort, meist am besten zuhause in der Kühlschrantüre (keine Gefahr des Gefrierens). Hitzeschäden sind aber bei Arzneien in allen Darreichungsformen möglich: Bei falscher Lagerung können sich die Wirkstoffe zersetzen, was nicht immer von blossen Auge zu erkennen ist. Asthasprays, die der direkten Sonne ausgesetzt sind, heizen sich stark auf, mit möglichen Folgen für die Dosierungsgenauigkeit und Wirksamkeit.

Im Zweifelsfall Rat suchen

Bei Zäpfchen sind temperaturbedingte Veränderungen häufig klar erkennbar. Sind sie einmal geschmolzen, sollten sie nach dem Abkühlen nicht mehr verwendet werden, denn der Wirkstoff verteilt sich in der geschmolzenen Grundlage nicht mehr gleichmässig. Auch Cremes und Salben können bei Überhitzung unbrauchbar werden, weil sich die festen und flüssigen Bestandteile voneinander trennen. Anfällig sind zum Teil auch Säfte, Lösungen und Spraydosen: Letztere können bei zu starker Erwärmung aufreissen oder gar explodieren. Am widerstandsfähigsten sind feste Darreichungsformen wie Tabletten oder Dragees. Sieht ein Arzneimittel anders aus als gewöhnlich, sollte dieses nicht mehr verwendet werden. «Im Zweifelsfalle wendet man sich am besten an eine Apothekerin bzw. einen Apotheker», sagt Fabian Vaucher, Apotheker FPH und Präsident des Apothekerverbands pharmaSuisse: «Sie informieren ihre Patienten über alles, was bei der Lagerung von Medikamenten zu beachten ist».

Für Ferien und Reisen sind gewisse Vorkehrungen angezeigt, damit die Medikamente keinen Schaden nehmen: So sollten auf Reisen per Auto Arzneimittel unter dem Vordersitz oder am Boden des Kofferraums verstaut werden, wo es relativ kühl bleibt. Ungeeignet sind hingegen die Hutablage, das Armaturenbrett oder das Handschuhfach – diese Zonen werden in der Regel am stärksten erhitzt und können Temperaturen von über 70 Grad erreichen. Für Autofahrten oder Campingferien ist eine Kühltasche oder -box von Nutzen. Medikamente sollten aber nie in direkten Kontakt mit Kühlelementen kommen. Bei einem Schwimmbadbesuch oder ähnlichen Aktivitäten empfiehlt es sich, Medikamente nicht im parkenden Auto zu lassen, sondern mitzunehmen.

Startklar mit richtiger Ausstattung

Bei Reisen mit dem Flugzeug empfiehlt es sich, Medikamente im Handgepäck zu transportieren, da im Gepäckraum zu tiefe Temperaturen vorherrschen. Wer nicht auf seine Medikamente verzichten kann, sollte eine ärztliche Bescheinigung – am Besten in Englisch – mitführen, insbesondere bei Spritzen für Insuline oder Biologicals. Gerade bei Ländern, die nicht zum Schengenraum gehören, ist es angezeigt, sich frühzeitig über die geltenden Regelungen zur Mitführung von Medikamenten zu informieren.

Wer in die Ferien geht, sollte des Weiteren eine auf Reiseziel und -dauer abgestimmte Notfall- oder Reiseapotheke mit sich führen, zumal im Ausland nicht immer die gleichen Medikamente wie zuhause verfügbar sind. Ebenso ist es ratsam, im Handgepäck und auf längeren Reisen beispielsweise Kopfschmerztabletten, Medikamente gegen Reiseübelkeit, Durchfall oder Verstopfung, Desinfektionsmittel für öffentliche Toiletten und Reinigungstücher mitzunehmen.

Die Apotheke Ihres Vertrauens steht Ihnen gerne mit Tat und Rat zur Verfügung, damit Sie auch in den Ferien rundum versorgt sind.

Hinweis an Medienschaffende: Für Anfragen rund um das Thema Reisen und Medikamente stehen wir gerne zur Verfügung und vermitteln auf Wunsch hin Kontakte zu Apotheken in Ihrer Region.

Kontakt

pharmaSuisse
Stephanie Rohrer
Abteilungsleiterin Kommunikation & Marketing
Stationsstrasse 12, 3097 Bern-Liebefeld
Tel: +41 (0)31 978 58 27
Mobile: +41 (0)76 519 89 09
E-Mail: kommunikation@pharmaSuisse.org

Im Einsatz für Medikamentenprofis

pharmaSuisse setzt sich als Dachorganisation der Apothekerinnen und Apotheker schweizweit für optimale Rahmenbedingungen ein und informiert die Öffentlichkeit über Themen des Gesundheitswesens. Zudem sorgt der Verband für apotheker- und bevölkerungsbezogene Dienstleistungen wie beispielsweise eine fachgerechte pharmazeutische Beratung. Dem Verband gehören rund 5'500 Mitglieder an und sind 1'350 Apotheken angeschlossen. www.pharmasuisse.org